

GRADO DE MAESTRO EN EDUCACIÓN PRIMARIA
2018/ 2019

“APRENDO A ESCUCHAR(ME) Y A EXPRESARME:
UNA PROPUESTA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL A
TRAVÉS DE LA DANZA DIRIGIDA A ALUMNOS DE
4º DE EDUCACIÓN PRIMARIA”

“LEARNING HOW TO LISTEN TO MYSELF AND THE
OTHERS AND EXPRESS MYSELF: AN EMOTIONAL
EDUCATION PROPOSAL THROUGH DANCE ADDRESSED
TO FOURTH GRADE ELEMENTARY STUDENTS”

Autor: Miriam San Sebastián Oria

Director: Alicia Gómez Linares

Julio 2019

VºBº DIRECTOR

VºBº AUTOR

RESUMEN

En este documento se presenta el diseño de una propuesta de intervención educativa emocional en la Educación Primaria que tiene como objetivo general la promoción de la escucha activa a uno mismo y a los demás y la expresión emocional a través de la danza. Está dirigida a un grupo de alumnos de 4º de Primaria, los cuales descubrirán, por medio de la competencia artística, la importancia de la escucha activa y de las emociones en la competencia comunicativa, la convivencia y el bienestar. En este trabajo se apuesta también por una concepción del sistema educativo que integre tanto la dimensión cognitiva como la motriz y la socio-emocional de los niños y niñas.

Palabras clave: emociones, competencia comunicativa, danza, educación emocional, escucha activa, expresión.

ABSTRACT

This document presents the design of an educational and emotional intervention in the Elementary school. Its main aim is to promote the active listening to oneself and the others and the emotional expression through dance. This intervention is addressed to 4th grade Primary students, who will discover the importance of the active listening and the emotions in the communicative competence, coexistence and wellbeing through the artistic competence. This project bets for an educational system that integrates the students' cognitive and motor dimensions as well as the socio-emotional dimension.

Key words: emotions, communicative competence, dance, emotional education, active listening, expression.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN.....	4
2. MARCO TEÓRICO	7
2.1. La danza	7
2.2. La danza y su valor educativo	8
2.3. La danza y las emociones.....	11
2.4. Escucha Activa.....	13
2.5. Acción Tutorial	14
3. OBJETIVO GENERAL DEL TRABAJO.....	15
4. DISEÑO DE LA SECUENCIA DIDÁCTICA.....	16
4.1. Introducción.....	16
4.2. Justificación.....	17
4.3. Contexto	18
4.4. Destinatarios	18
4.5. Objetivos	19
4.6. Contenidos	20
4.7. Metodología	22
4.8. Temporalización. Organización del espacio y tiempo	23
4.9. Atención a la diversidad	25
4.10. Desarrollo de las sesiones	26
4.11. Evaluación	34
5. CONCLUSIONES	35
6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	38
7. ANEXOS.....	42

1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

La escuela siempre ha tenido como una de las metas principales la formación integral del alumnado. Antiguamente, los sistemas educativos tendían a ignorar y minimizar los aspectos socio-emocionales de los alumnos¹, dejándolos de lado en los procesos de enseñanza-aprendizaje. Afortunadamente, este paradigma ha ido evolucionando, y son muchos los avances que se han conseguido en el campo de la Educación Emocional.

Actualmente, el modelo educativo imperante considera como elementos esenciales en el desarrollo integral de los estudiantes los aspectos afectivos y emocionales. La escuela del siglo XXI tiene la responsabilidad de otorgar una educación emocional a todos los individuos, en colaboración con los demás agentes educativos. Por ello es muy importante el rol de los docentes, ya que estos son una figura de referencia y un modelo emocional para los alumnos. Como mencionan los autores Pablo Fernández-Berrocal y Natalio Extremera (2002, p.374), “el profesor ideal para este nuevo siglo tendrá que ser capaz de enseñar la aritmética del corazón y la gramática de las relaciones sociales”.

La educación de las emociones debe ser considerada como condición primaria para el desarrollo global de la personalidad (Martínez – Otero, 2007), otorgando a las personas herramientas para mejorar su calidad de vida, sus habilidades comunicativas, desarrollar actitudes positivas y, en definitiva, contribuir en el bienestar. No se debe olvidar la importancia que tienen las emociones en el aprendizaje, pues no se aprende aquello que no nos motiva, que no nos hace sentir, que no nos emociona (García, 2012). Este es un aspecto clave que se debe de tener siempre en cuenta, pues la razón y la emoción son dos conceptos en continua interacción, ambos igualmente necesarios para aprender. Esta relación permite al individuo dar respuestas y soluciones eficaces y propiciar el bienestar psicológico y el rendimiento académico (Fernández-Berrocal & Ruiz, 2008). En relación con este bienestar

¹ Con el fin de facilitar la lectura del texto, se hace uso del masculino genérico para referirse a las personas de ambos sexos, no significando en ningún momento esta adopción, la utilización del uso sexista del lenguaje ni de las connotaciones negativas que pueda implicar.

antes mencionado, cabe destacar que las habilidades emocionales son esenciales para la adaptación al entorno y contribuyen también al crecimiento personal (Salovey & Mayer, 1990).

En la Educación Primaria los alumnos se encuentran en un proceso continuo de construcción de su identidad, donde las relaciones sociales cobran gran importancia. Debido a esto, es fundamental que los alumnos cuenten con las herramientas necesarias para participar activamente en sociedad, y desarrollen habilidades comunicativas que les permitan relacionarse adecuadamente con el entorno que les rodea. Suele ser habitual que en clases muy diversas se produzca en algún momento concreto algún problema de convivencia, y, como docentes, siempre se debe actuar ante estas situaciones y buscar soluciones efectivas que permitan mejorar y solucionar las dificultades existentes. Uno de los principales objetivos de la propuesta de intervención es la promoción de la escucha a uno mismo y el respeto entre compañeros, para mejorar y desarrollar la competencia ciudadana. Esto se va a conseguir a través del arte de la danza.

En el caso que nos concierne, la danza se constituye como un medio y no como un fin en sí misma. Esta se enmarca dentro de un enfoque pedagógico basado en un modelo que apuesta por la formación integral del estudiante, que pretenderá ayudar a los alumnos a conocerse mejor a sí mismos y a los demás, integrando habilidades emocionales de identificación y expresión emocional. Por lo tanto, la danza será el vehículo por el cual los alumnos podrán adquirir diversos aprendizajes. Según Ainhoa Sarmiento (2015), la danza promueve la salud emocional y la madurez. Además, su práctica favorece la toma de conciencia de las emociones, tanto propias como ajenas, y mejora la autoestima y el autoconocimiento de nuestro cuerpo (Sarmiento, 2015). Por otra parte, según Alicia Gómez-Linares (2014) la danza nos permite reflexionar, crear, expresar y comunicar, entre otras cosas. Podemos comunicar sentimientos y pensamientos de manera creativa y todo ello conlleva numerosos beneficios, puesto que puede contribuir “al autoconocimiento, a la automotivación, a la resolución de problemas, al bienestar psicológico y al desarrollo motor, cognitivo y socioemocional de las

personas” (2014, p.242). Esto está muy relacionado con el título del presente trabajo y con el matiz que contiene la palabra escuchar(me), por autoconocimiento que ello representa.

Generalmente, la danza apenas se trabaja en las escuelas, pues no tiene un lugar específico dentro del currículum como asignatura. El Decreto 27/2014 de 5 de junio, modificado por el Decreto 18/2016, de 7 de abril, que establece el currículum de Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Cantabria (BOC, núm.72) contempla la danza como contenido en las áreas de Educación Física y Educación Artística. No obstante, la mayoría de las veces no recibe la importancia que se merece. Son muchos los estudios que han investigado los beneficios pedagógicos de la danza, por lo que este trabajo apuesta por un modelo educativo que integre plenamente actividades que favorezcan la competencia artística, ya que constituyen un modo de expresión a través del cual podemos comunicarnos con todo lo que nos rodea. Así pues, en la presente propuesta educativa se destaca el valor de diferentes medios de expresión, promoviendo y favoreciendo la competencia comunicativa del alumnado.

Como se especificará más adelante, los destinatarios de la propuesta son 19 alumnos que se encuentran en 4º de Primaria. Durante mi periodo inicial de prácticas he podido observar que estos presentan ciertas dificultades a la hora de escuchar y respetarse los unos a los otros, pues no saben esperar su turno, interrumpen en las intervenciones de los demás... Por esta razón, se ha diseñado una secuencia didáctica en la que los alumnos aprenderán el valor de la escucha activa y la importancia del respeto a sí mismo y a los demás.

El presente documento está dividido en varias secciones. En primer lugar, se puede encontrar un marco teórico que expone conceptos como la danza, las emociones, o el modelo de Inteligencia Emocional en el que se basa la propuesta. Este primer apartado cobra gran relevancia, ya que es la base en la que se sustenta la propuesta de intervención educativa. Más adelante se pueden encontrar también los objetivos de la misma, así como todo su desarrollo íntegro. Finalmente, se muestran las conclusiones de este trabajo,

las referencias bibliográficas utilizadas para su elaboración y los anexos, donde se encuentran varios instrumentos que han sido diseñados para dicha propuesta y unas tablas informativas con información relevante de cada sesión que conforma la Secuencia Didáctica.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. La danza

Son múltiples las acepciones que se pueden encontrar haciendo referencia al término “danza”. El significado de esta palabra varía según la cultura y la época, y ha tenido una amplia variedad de significados a lo largo de la historia (Urbeltz, 1994). Muchos autores proponen diferentes definiciones para referirse a este término. Según Fructuoso y Gómez (2001) la danza puede definirse como el arte de mover el cuerpo al ritmo de una melodía, que expresa una emoción, idea o historia, o simplemente consiste en una manifestación para disfrutar el movimiento. Marisa Fernández (1999, p.17) define la danza como “un medio capaz de expresar las emociones y los sentimientos mediante la sucesión de movimientos organizados que dependen de un ritmo”.

Algunos autores focalizan más la atención en los componentes emocionales y otros en los corporales, como es el caso de Herrera (1994), quien define la danza como “la fusión cultural entre la música y el movimiento corporal”.

A pesar de las pequeñas variaciones que se puedan encontrar en su definición, hay algo incuestionable: su componente expresivo y emocional. Junto a estos se pueden encontrar muchos otros que están presentes de la misma manera en la mayoría de actividades relacionados con la danza, como el componente hedonista, social o estético (Nicolás, Ortín, López, & Viguera, 2010).

Para García Ruso (1997), la danza es una actividad humana universal, que utiliza el cuerpo humano como medio de expresión y se ha practicado a lo

largo de la historia; que se presenta de diferentes maneras; polivalente, ya que puede contener diferentes dimensiones y compleja, porque en ella intervienen multitud de factores. Esta definición engloba a muchos de los componentes anteriormente nombrados.

Como ya se ha mencionado, la danza ha estado presente a lo largo de toda la historia en multitud de formas, por lo que constituye un fenómeno universal. Además, es posiblemente la expresión artística más antigua que se conoce (Delgado, 1997). Por lo tanto, es innegable el poder y la importancia que ha tenido y sigue teniendo la danza en la sociedad. Si es un instrumento tan valioso, ¿por qué no aprovecharlo en la educación del siglo XXI y beneficiarnos de sus numerosas ventajas?

2.2. La danza y su valor educativo

García Ruso (1997) menciona cuatro dimensiones de la danza: la dimensión de ocio, la dimensión artística, la dimensión terapéutica y la dimensión educativa. La dimensión educativa de la danza tiene como objetivo el logro de contenidos, procedimientos, valores, actitudes y normas relacionadas con la danza dentro del ámbito educativo. Por lo tanto, la danza dentro de este entorno tiene que tener, entre otras, las siguientes funciones: lúdica - recreativa, afectiva, comunicativa, estética, expresiva, función de conocimiento de uno mismo y del entorno...

Bozzini de Marrazzo y Marrazzo (1975) hablan de la importancia educativa de la danza y los valores que esta aporta:

- Promueve la educación del movimiento, educación musical, rítmica y estética.
- Contribuye a la adquisición del dominio corporal.
- Permite ejercitar la fuerza, la velocidad, la coordinación, los desplazamientos...
- Posee valores creativos, expresivos, coreográficos, socializantes, etc.

Otros autores como Fuentes (2006) exponen las aportaciones de la danza a la adquisición y desarrollo de las habilidades y destrezas básicas, así como al aumento de la coordinación y otras habilidades motoras que contribuyen al conocimiento y el control corporal. Muchos otros coinciden en su contribución al desarrollo físico, mental y afectivo - emocional (Cañabate, Rodríguez y Zagalaz, 2016).

A pesar de su gran importancia, la danza en el currículum escolar tiene poca presencia. Algunas razones que podrían justificar su ausencia en las escuelas como instrumento educativo podrían ser la falta de información sobre los beneficios de esta en el desarrollo integral de los alumnos, la falta de formación del profesorado en este ámbito o el habitual vínculo de esta actividad con el sexo femenino (Herrera, 2000; Paulson, 1993; Torre et al., 2007; McCarthy, 1996).

No obstante, podemos encontrar en nuestro país varios proyectos educativos cuyo objetivo principal es acercar esta disciplina artística a las escuelas, desarrollando experiencias innovadoras y probando sus beneficios (Mateu et al., 2013). En su artículo estos autores describen varios de ellos, como se puede observar en los siguientes ejemplos:

- Cesc Gelabert creó una experiencia de acercamiento a la danza en un Instituto de Secundaria Público, el IES Milà i Fontanals, en la ciudad de Barcelona.
- Proyecto RITMIX, el cual se desarrolla en escuelas o institutos y en el que se realiza un acercamiento a las danzas urbanas a través de experiencias corporales y explicaciones sobre el origen y las características de este tipo de danza.
- Proyecto MUS- E, que promueve el arte y la música, donde diferentes artistas muestran sus habilidades en centros públicos de enseñanza primaria y secundaria. Es un proyecto en el que también se involucran los tutores, tratándose de un trabajo interdisciplinar.

- También en Barcelona se desarrollaron unas Jornadas didácticas en relación a la danza y la física en el año 2012. En esta ciudad encontramos a su vez el proyecto “Calidoscopi”, donde se desarrolló una producción de expresión corporal que involucró a todo el alumnado y a los profesores que trabajaban en el centro.
- Por último, cabe destacar el proyecto “Five Days to Dance”, basado en la danza y en el teatro, donde los alumnos de distintas etapas educativas realizan un acercamiento al mundo de la danza durante cinco días, donde el objetivo también es aprender a trabajar cooperativamente y realizar una coreografía grupal como producto final.

En definitiva, se pueden encontrar actualmente varios ejemplos de experiencias didácticas con la danza como protagonista. Cabe destacar una vez más el valor pedagógico y educativo de este arte, y a lo largo de este documento se pretende resaltar y apoyarse en esta importancia para diseñar una propuesta educativa en relación con este arte y las habilidades emocionales.

Siguiendo con las posibilidades educativas que ofrece, esta contribuye de manera positiva y global en la salud y la calidad de vida de los estudiantes, mejorando el desarrollo y la condición física, y favoreciendo la integración e interacción entre los individuos, además de promover la creatividad (Fructuoso y Gómez, 2001). Otros autores (García, Pérez, & Calvo, 2011) inciden además en el hecho de que a través de la danza se mejora el autoconocimiento, el conocimiento de otras culturas y la capacidad de expresión emocional.

Finalmente, Ferreira (2009) menciona otras posibilidades educativas, haciendo alusión a cuatro capacidades básicas: las capacidades sociales, tanto afectivas, de expresión, comunicación o interpersonales; las capacidades motrices; las capacidades físico- energéticas y las capacidades cognoscitivas, como las intelectuales.

Habiendo expuesto un enfoque educativo de la danza se procederá a profundizar en su componente expresivo y emocional.

2.3. La danza y las emociones

El concepto de *Educación* ha sufrido múltiples variaciones a lo largo de la historia. Actualmente, muchos profesionales de este ámbito hacen especial hincapié en la poderosa influencia de las emociones sobre los procesos de enseñanza - aprendizaje. Esta nueva concepción considera fundamentales los aspectos afectivos y emocionales de los alumnos. Debido a esta nueva consideración, en E.E.U.U. surgieron los programas *SEL* (Social and Emotional Learning). Estos programas están basados en el concepto de Inteligencia Emocional creado por Salovey y Mayer en 1990 (Fernández & Extremera, 2005) y entrenan habilidades como la percepción, facilitación, comprensión y regulación emocional.

Estos autores proponen un modelo de Inteligencia Emocional basado en cuatro habilidades básicas, y es en él en el que se va a basar la propuesta de intervención educativa que se puede encontrar en secciones posteriores. Este modelo contempla cuatro habilidades básicas, que son:

“la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual” (Mayer & Salovey, 1997).

A continuación, se procederá a realizar una breve explicación de estas habilidades según los autores Fernández y Extremera (2005):

- Percepción emocional. Es la habilidad para identificar emociones propias y ajenas. Implica prestar atención y decodificar las señales emocionales que nos rodean. Asimismo, implica una capacidad para discriminar las discrepancias entre el comportamiento verbal y las manifestaciones expresivas.

- Facilitación o asimilación emocional. Se pone de manifiesto cuando tenemos en cuenta los sentimientos a la hora de razonar o de resolver problemas, es decir, comprender cómo nos afectan las emociones y cómo pueden ser decisivas en nuestros actos.
- Comprensión emocional. Es la habilidad para reconocer las emociones, etiquetarlas y agruparlas dentro de los sentimientos. Implica conocer las causas de nuestros estados de ánimo y prever las futuras consecuencias de los mismos, anticipando los posibles cambios en nuestro estado.
- Regulación emocional. Es la capacidad para reflexionar sobre los sentimientos y regular emociones propias y ajenas, moderando las emociones negativas e intensificando las más positivas y beneficiosas para nuestro cuerpo en un momento determinado.

La razón y la emoción están ligadas, existen de manera conjunta y se encuentran unidas en los individuos. Debemos recordar que, cuando una persona quiere adquirir determinados conocimientos, los sentimientos y las emociones van a influir en su adquisición, por lo que es esencial otorgar desde las escuelas una formación emocional (García, 2012). Este vínculo se manifiesta en la posibilidad de resolver problemas y encontrar soluciones de forma eficaz a ciertos problemas y conductas, fomentando así el bienestar y el rendimiento académico (Fernández-Berrocal & Ruiz, 2008).

Si se otorga a los alumnos una educación emocional y se les facilita la progresiva mejora de la inteligencia emocional, estos podrán adaptarse más fácilmente al entorno social y natural, lo que también les permitirá obtener mayor éxito tanto en el día a día como en las experiencias futuras (Fernández-Berrocal & Extremera, 2002; Martínez-Otero, 2006).

En relación con estas consideraciones, cabe destacar que el movimiento es considerado como un proceso dinámico en el que se pueden expresar emociones, percepciones, motivaciones e interacciones interpersonales a través de nuestros movimientos corporales (Lapierre y Aucoutourier, 1983). Por

otro lado, se pueden encontrar pruebas científicas en relación con los beneficios de los programas de ejercicio físico, ya que estos pueden tener repercusiones tanto físicas como emocionales, y pueden ser un factor protector ante el deterioro de habilidades emocionales (De Rueda & López, 2013).

Por consiguiente, dada la importancia de la educación emocional en nuestras vidas y la relación existente entre danza y emociones, se plantea la danza como medio de adquisición y mejora de las habilidades emocionales antes mencionadas desde el modelo de Salovey y Mayer. Esta intervención educativa pretende influir positivamente en el desarrollo integral de los alumnos, mejorando sus habilidades emocionales y ofreciendo la posibilidad de descubrir los beneficios de la danza.

2.4. Escucha Activa

La competencia comunicativa es un aspecto clave en los procesos de enseñanza-aprendizaje, es un elemento esencial que debe ser entrenado y fomentado cada día en las aulas. De hecho, esta competencia es trabajada a través de los distintos bloques de contenido que conforman las asignaturas, ya que está presente en todos los procesos educativos, de ahí su gran relevancia.

La Escucha Activa es un componente fundamental de esta competencia comunicativa, y es un elemento de gran importancia en la propuesta de intervención diseñada. Se pueden encontrar muchas definiciones aludiendo a este término, pero todas ellas coinciden en el hecho de “escuchar bien”, es decir, escuchar comprendiendo y reconociendo al otro (Hernando, Aguaded, & Pérez, 2011). Estos autores mencionan que, cuando ponemos en práctica esta habilidad, no solo estamos reconociendo al otro y somos conscientes de lo que la otra persona está diciendo, sino que también le estamos dando información al interlocutor de que estamos recibiendo correctamente aquello que nos está transmitiendo. Esto implica atención, un proceso consciente y voluntario, donde tenemos que comprender y empatizar con él. Por lo tanto, hay dos aspectos esenciales: uno es tener una actitud empática, como ya se ha mencionado,

para facilitar la comprensión del mensaje y, por otra parte, demostrar esta comprensión a través del lenguaje no verbal y la expresión corporal, para que el interlocutor sienta nuestro reconocimiento y comprensión.

Estos dos aspectos son esenciales en este trabajo, ya que la propuesta está enfocada, en primer lugar, en aprender a reconocer y a comprender al otro siendo plenamente conscientes de este proceso y, en segundo lugar, una vez que se ha mostrado ese reconocimiento y comprensión, ser capaces de dar un paso más allá y expresar nuestro mensaje, ya sea verbalmente o a través de la expresión corporal. Esto también está relacionado con la escucha a uno mismo de forma activa, ya que es fundamental saber escucharse primero a uno mismo para poder practicarlo después en la escucha activa hacia los demás y poder ejecutar los procesos antes mencionados.

2.5. Acción Tutorial

La propuesta de intervención que se expone más adelante está enmarcada dentro de la Acción Tutorial. Como es sabido, esta es parte fundamental del proceso educativo y debe ser un elemento central de la práctica docente. Se entiende por tutoría el proceso sistemático y continuo destinado a facilitar los procesos de aprendizaje, atendiendo siempre a la diversidad e inclusión (Álvarez, 2017).

A través de la acción tutorial se contribuye al desarrollo integral de los alumnos, se mejora la comunicación con los mismos y permite conocer y resolver posibles problemas o conflictos. Esto está directamente relacionado con alguno de los objetivos que aparecen en el siguiente apartado de este trabajo, de ahí que se plantee la intervención como actividad perteneciente a la Acción Tutorial.

Por otro lado, como se ha mencionado anteriormente, otro aspecto central de la propuesta es el desarrollo de competencias socioemocionales, y la tutoría es un espacio idóneo para la Educación Emocional, donde el profesorado tiene un papel muy importante. Además, cabe destacar también la

importancia de la Educación Para la Ciudadanía, ya que es una de las competencias clave que se trabaja mediante la propuesta didáctica, entre otras. Esto tiene gran importancia debido a que tanto la Acción Tutorial como la Educación Para la Ciudadanía tienen objetivos parecidos y pretenden desarrollar las mismas competencias, como aquellas vinculadas con la formación integral y global de los alumnos y otras que faciliten la convivencia y las relaciones sociales.

A continuación, se procederá a mencionar algunas de las funciones que debe realizar un tutor desde este modelo de acción tutorial (Álvarez, 2017):

- Asesoramiento individual y en pequeño grupo.
- Coaching. Ofrece ayuda para el conocimiento personal del alumnado. Se proporciona información y asesoramiento al alumnado para que este pueda mejorar sus habilidades y competencias.
- Consulta a otros agentes implicados en la intervención orientadora y tutorial.
- Coordinación entre todos los agentes implicados en las intervenciones.
- Integración paulatina de la tutoría y la orientación en el currículum.
- Uso de las tecnologías de la información y comunicación.

3. OBJETIVO GENERAL DEL TRABAJO

El objetivo general de este documento es presentar el diseño de una propuesta de intervención educativa basada en las características de un grupo específico de alumnos, pudiendo adaptarse esta a otros contextos según las necesidades del alumnado. El objetivo fundamental de la propuesta, como se especifica posteriormente en detalle, es la promoción y mejora de las habilidades emocionales y comunicativas de los alumnos a través de la danza.

4. DISEÑO DE LA SECUENCIA DIDÁCTICA

4.1. Introducción

El nombre de la Secuencia Didáctica diseñada para la presente propuesta de intervención es “Aprendo a escuchar(me) y a expresarme a través de la danza”. En ella los alumnos realizaron 10 sesiones que se llevaron a cabo en el mes de abril de 2019². A lo largo de la misma se espera que los estudiantes aprendan a escucharse a sí mismos, es decir, a identificar y reconocer sus propias emociones y también a escuchar y respetar a los demás, reconociendo del mismo modo las emociones ajenas y respetando los turnos de sus compañeros. El medio empleado para la adquisición de estas habilidades es el movimiento y la danza.

No es necesario que los destinatarios de la propuesta tengan conocimientos previos específicos sobre los contenidos a abordar, ya que desde las primeras sesiones se les dará la formación necesaria para la posterior realización de las actividades propuestas. No obstante, antes de comenzar con las explicaciones pertinentes se les preguntará sobre sus conocimientos para observar el nivel general y así poder ir ajustando las sesiones, profundizando en el contenido cuando sea necesario o centrándose en otros aspectos importantes que quizás no tengan adquiridos.

Asimismo, antes de comenzar con la secuencia didáctica, el alumnado contestará a un cuestionario individual, ya que la propuesta de intervención será evaluada en líneas de trabajo futuras, por lo que será necesario observar el desarrollo y la evolución de la misma.

² El desarrollo y la evaluación de esta propuesta será presentada en un trabajo de Fin de Máster en el marco del Máster de Educación Emocional, Social y de la Creatividad de la Universidad de Cantabria.

4.2. Justificación

La presente propuesta tiene como finalidad el aprendizaje de la escucha activa, identificando y expresando emociones a través de la danza y el movimiento.

Mediante la observación directa se ha detectado un problema de escucha entre los alumnos, ya que no saben respetar el turno de palabra de sus compañeros y escucharlos activamente en las ocasiones en las que se produce una intervención. Además, como ya se ha mencionado anteriormente, cuando se habla de “escucha” no solo se refiere a escuchar a los demás, sino también a escucharse a uno mismo, reconociendo las emociones propias y expresándolas para comunicarse adecuadamente con el medio que nos rodea.

Uno de los propósitos principales de las actividades propuestas es la mejora de las habilidades comunicativas, siendo estas fundamentales hoy en día en nuestra sociedad. El ser humano es un ser social, comunicativo, y está en continua interacción con el entorno que le rodea. Por consiguiente, la comunicación es una parte fundamental a desarrollar en el individuo, para que este pueda participar plenamente en la sociedad.

Todos los agentes educativos implicados en los procesos de enseñanza y aprendizaje deben contribuir a la adquisición de herramientas y estrategias que potencien las habilidades comunicativas. En el caso que nos concierne, el medio para conseguir esto es la danza. En la revisión bibliográfica presentada en el marco teórico se muestra la importancia que tienen todos estos elementos en la formación integral de los estudiantes.

Por otra parte, la propuesta didáctica se enmarca como una serie de actividades dentro de la Acción Tutorial, ya que los tutores tienen la obligación de orientar y mejorar el desarrollo global de los estudiantes. A través de la tutoría los alumnos podrán adquirir y desarrollar un conjunto de habilidades comunicativas y emocionales para aprender a convivir a través de la danza.

Según el “Decreto 27/2014 de 5 de junio, modificado por el Decreto 18/2016, de 7 de abril, que establece el currículo de Educación Primaria en la

Comunidad Autónoma de Cantabria (BOC, núm.72)", la propuesta de intervención estaría relacionada con los siguientes bloques de contenidos en los que se organizan las áreas del cuarto curso de Primaria:

- Ciencias Naturales. Bloque 2, "El ser humano y la salud".
- Lengua Castellana y Literatura. Bloque 1, "Comunicación oral. Hablar y escuchar".
- Educación Artística (Educación Musical). Bloque 1, "Escucha"; Bloque 3, "La música, el movimiento y la danza".
- Educación Física. Bloque 1, "El cuerpo y la salud"; Bloque 3, "Los juegos y actividades expresivas y deportivas"; Bloque 4, "Enriquecimiento personal y construcción de valores".
- Valores sociales y cívicos, como la empatía, el respeto, la convivencia, etc.

4.3. Contexto

Esta propuesta de intervención está diseñada para ser implementada en el C.E.I.P Nueva Montaña, situado en la localidad de Santander. Aunque la secuencia de actividades esté pensada teniendo en cuenta las características del alumnado al que está destinada, puede ser puesta en marcha en cualquier otro centro de Educación Primaria cuya intención sea desarrollar los contenidos que en ella se proponen.

Este centro escolar se ubica en un barrio de la localidad de Santander, con un nivel sociocultural medio – bajo dentro del contexto de la zona. Hay una gran variedad social de familias, lo que hace que el alumnado sea muy diverso.

4.4. Destinatarios

Los destinatarios de esta propuesta son los alumnos de cuarto curso. Cabe destacar la importancia de trabajar la Educación Emocional desde edades tempranas, y los alumnos se encuentran en un punto del desarrollo madurativo y cognitivo donde las relaciones sociales son muy importantes, y

deben aprender a construirlas desde el respeto hacia uno mismo y hacia los demás.

4ºB es un aula con mucha diversidad. Está formada por 19 alumnos, 11 niños y 9 niñas, entre los cuales 8 de ellos cuentan con informe psicopedagógico. Uno de ellos trabaja con ACI significativa en algunas áreas, y algunos alumnos, en ocasiones, alteran el funcionamiento de la clase debido a ciertos problemas de conducta. En general, es un grupo muy activo y participativo donde la convivencia es muy buena, pero deben aprender a comunicarse mejor desde el respeto, ya que hay que estar continuamente recordando las normas de clase.

Hay dos alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo por condiciones personales y de historia escolar (ECOHEPE); un alumno con necesidades específicas de apoyo educativo por necesidades educativas especiales (NEE) asociadas a retraso madurativo y que presenta deficiencias persistentes en la comunicación social e interacción en diversos contextos y está diagnosticado con TEA; y por último hay un alumno con necesidades específicas de apoyo educativo por TDAH, con una adaptación curricular no significativa.

4.5. Objetivos

En este apartado se expondrán los objetivos que se pretenden conseguir a través de la propuesta de intervención. Las actividades diseñadas pretenderán el alcance de los mismos, estando estos en concordancia con lo requerido en el currículum de Educación Primaria para 4º curso. El objetivo principal de dicha propuesta es crear ciudadanos comunicativos, sociales e inclusivos a través de la escucha activa, la identificación y expresión emocional y la danza.

A través de la secuencia didáctica se pretende también la adquisición de los siguientes objetivos:

- Identificar y expresar emociones tanto propias como ajenas.

- Adquirir habilidades sociales y comunicativas, verbales y no verbales, que permitan actuar con respeto, empatía y asertividad.
- Conocer y utilizar el cuerpo siendo consciente de sus posibilidades comunicativas.
- Desarrollar habilidades comunicativas a través de diferentes formas de expresión.
- Iniciarse en los conocimientos básicos sobre identificación y expresión de emociones.
- Iniciarse en los conocimientos básicos de la danza: tiempo, espacio, ritmo...
- Aprender a escuchar activamente desde el respeto a uno mismo y a los demás
- Aprender a esperar, escuchar y respetar los turnos.
- Reflexionar sobre la relación entre emociones y danza.
- Trabajar en equipo con los demás compañeros.

4.6. Contenidos

Contenidos conceptuales:

- Identificación y expresión de emociones agradables y desagradables.
- Definición de emoción. Qué es, para qué sirve, cómo se puede expresar, etc.
- Conceptos básicos de la danza: cuerpo, espacio, tiempo, movimiento, expresión y comunicación.
- Conciencia corporal.
- Posibilidades expresivas del cuerpo a través del movimiento.
- Comunicación no verbal.

- Comunicación interpersonal.

Contenidos procedimentales:

- Identificación de emociones propias y ajenas.
- Identificación de emociones a través de las posturas corporales.
- Clasificación de emociones.
- Creación de pequeñas coreografías.
- Creación de ritmos individualmente y en grupo.
- Reconocimiento de emociones ligadas a situaciones y experiencias personales.
- Reproducción de coreografías sencillas.
- Incorporación al léxico propio el vocabulario emocional.
- Expresión corporal de las emociones básicas.
- Desarrollo de habilidades sociales y comunicativas.

Contenidos actitudinales:

- Cooperación con los compañeros.
- Autorreflexión sobre las emociones que podemos sentir.
- Valoración de la danza y la expresión corporal como otra forma de comunicación.
- Participación activa en la secuencia didáctica.
- Reflexión sobre las emociones de los demás.
- Manifestación del respeto en todas las formas de comunicación.

4.7. Metodología

La propuesta de intervención tendrá como principios fundamentales:

- La Atención a la Diversidad (procurar una educación individualizada respetando los ritmos de aprendizaje y el nivel de desarrollo evolutivo de cada alumno).
- La adquisición y el desarrollo de las competencias
- Mejora de la competencia lingüística.
- Educación igualitaria entre sexos (coeducación).
- Integración curricular de las TIC
- Educación Emocional
- Se procurará la adquisición de aprendizajes funcionales y significativos.

La metodología que se utilizará será activa y participativa, la cual promoverá la interacción entre el alumnado, fomentando el diálogo, el debate, la escucha y la reflexión crítica. La mayoría de actividades que se desarrollan promueven el aprendizaje cooperativo y el respeto hacia los compañeros.

Las competencias clave que se trabajarán a lo largo de la propuesta de acuerdo con lo establecido en el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria (BOE, núm.52) son las siguientes:

- Competencia en comunicación lingüística. Se trabaja a través de las múltiples modalidades de intercambios comunicativos y formas de expresión. Además, se produce una interacción de distintas destrezas, en variadas modalidades de comunicación y diferentes soportes.
- Aprender a aprender. En la secuencia didáctica los alumnos aprenden a conocer y controlar los procesos de aprendizaje, reflexionando sobre los mismos y autoevaluando sus conocimientos y comportamientos.

- Competencias sociales y cívicas. A través de las actividades los alumnos deberán elaborar respuestas y tomar decisiones tanto individual como conjuntamente, ejerciendo siempre acciones democráticas que le permitan convivir y aprender a respetar a las demás personas de su entorno. También practicarán la reflexión acerca del bienestar propio y ajeno. Esta competencia está muy presente a lo largo de la secuencia ya que muchas actividades están centradas en la comunicación asertiva y respetuosa, la empatía, y la aceptación de los diferentes puntos de vista.
- Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor. Los alumnos se enfrentarán ante situaciones donde tendrán que planificar y gestionar sus habilidades y conocimientos para lograr unos objetivos determinados y desarrollar habilidades para trabajar individualmente y en equipo.
- Conciencia y expresiones culturales. Esta competencia clave también tiene mucha importancia en la propuesta, ya que los alumnos trabajarán diferentes expresiones artísticas y podrán valorar la importancia de las mismas. Además, se potenciarán capacidades relacionadas con distintos códigos artísticos, utilizándolas como medio de comunicación y expresión.

4.8. Temporalización. Organización del espacio y tiempo

La secuencia didáctica se llevó a cabo en las dos primeras semanas del mes de abril. Los alumnos realizaron una serie de actividades, algunas más breves y otras más extensas durante 10 días lectivos. Las actividades de la propuesta se llevaron a cabo principalmente entre las 9:15 h y las 10:15h, ya que cuando llegan al colegio realizan la “Agenda”, donde un alumno encargado de la fecha durante esa semana escribe en la pizarra el día que es y, después de este momento, otro alumno lee en voz alta para los demás un texto breve, que puede ser una poesía, una adivinanza, un chiste, etc. Esta dinámica permite la creación de una buena atmósfera de trabajo y los niños se sienten relajados y preparados para empezar la rutina. Es por esta razón por la que se

decidió realizar las actividades en este momento de la mañana, donde los alumnos no están cansados y disfrutan escuchando a sus compañeros.

Además, durante la primera hora lectiva (excepto los jueves), los alumnos se encuentran siempre con su tutora y con su profesora de prácticas, y como las actividades se enmarcan dentro del espacio de tutoría, es un momento idóneo para que estas sean realizadas.

El espacio utilizado se trató del aula habitual donde reciben las clases impartidas por la tutora, el cual fue organizado en cada sesión en función de lo que requiera la tarea. Este espacio tiene que ser preparado por los propios alumnos, ya que algunas actividades se basan en esta preparación previa del espacio y forma parte de dichas actividades.

A continuación, se muestra un calendario del mes de abril con el nombre de cada sesión, a modo de resumen:

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Abril 2019	1 Conocimientos previos	2 Reconocimiento del vocabulario emocional	3 Reconocimiento del vocabulario emocional II	4 Aprendo mi danza	5 Conversando emocionalmente	6	7
	8 Bailarines de emociones	9 Conversación corporal	10 Escucha corporal rítmica	11 Practicando la escucha corporal activa	12 Coreografía conjunta	13	14
	15 Reflexionamos sobre lo aprendido	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	1	2	3	4	5

4.9. Atención a la diversidad

Para llevar a cabo esta propuesta se ha tenido en cuenta lo recogido en la normativa vigente: la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa establece los principios y fines por los que se debe regir nuestro sistema educativo (BOE, núm.295). Por otro lado, el artículo 79 de la Ley 6/2008, de 26 de diciembre, de Educación de Cantabria (BOC, núm.251) define así la atención a la diversidad:

“La atención a la diversidad debe entenderse como el conjunto de actuaciones encaminadas a dar respuesta a las necesidades educativas, intereses y motivaciones de todo el alumnado por parte de todo el profesorado del centro desde la perspectiva de la corresponsabilidad”.

Teniendo en cuenta la normativa y las características de los destinatarios de la propuesta antes mencionadas, como medidas de atención a la diversidad se adaptaron las actividades con elementos visuales, se enumeraron las instrucciones de los enunciados, se utilizó un vocabulario más sencillo y se procuró atender siempre al aspecto emocional de los alumnos con problemas de componente social.

Todas las explicaciones iban acompañadas de presentaciones digitales tipo *Power Point*, vídeos e imágenes ilustrativas.

Al alumno que presenta TDAH se le iban dando las actividades de una en una para evitar bloqueos o frustraciones. Se procuró un refuerzo positivo en todo momento y fue mi ayudante a la hora de necesitar algún material o escribir en la pizarra para propiciar su necesidad de movimiento.

Por otro lado, con el alumno diagnosticado de TEA se ha intentado su participación con el resto de sus compañeros siempre que era posible, ya que presenta ciertas dificultades a la hora de trabajar las emociones e identificar cómo se siente a diario.

4.10. Desarrollo de las sesiones

En este apartado se realizará una descripción detallada de cada una de las sesiones que conforman la secuencia didáctica. En el anexo 1 se muestra una pequeña tabla a modo de resumen con la información específica relevante de cada sesión. Al finalizar cada sesión se realizará una pequeña reflexión grupal acerca de lo aprendido ese día a través de las distintas actividades.

Sesión 0: Conocimientos previos

En esta sesión los alumnos fueron informados sobre la propuesta de intervención, donde se les explicó que, durante dos semanas, iban a realizar una serie de actividades relacionadas con las emociones y la danza y, por ello, debían rellenar individualmente un cuestionario para conocer qué saben sobre estos temas. Se hizo especial hincapié en que no se les estaba evaluando, por lo que debían contestar a las preguntas con sinceridad y, si no sabían alguna cuestión, no repercutiría en nada.

El cuestionario (ver anexo 2) fue leído por la maestra en voz alta para toda la clase, explicando las preguntas que podían resultar más complejas o resolviendo las dudas pertinentes. Después, cada alumno rellenó el cuestionario de manera individual, el cual fue recogido una vez todos hubiesen terminado.

Sesión 1: Reconocimiento del vocabulario emocional

Para comenzar la sesión se realizarán una serie de preguntas introductorias, como: “¿Qué son las emociones?”, “¿Qué emociones conoces?”, “¿Para qué nos sirven?”, etc.

Después, se procederá a la lectura del diccionario ilustrado “Emocionario”, de los autores Cristina Núñez Pereira y Rafael R. Valcárcel (2013). Este material se utilizará como una introducción a la posterior explicación de las emociones, ya que en él aparecen representadas las

diferentes emociones que podemos sentir mediante situaciones o ejemplos, para facilitar la comprensión de cada una de ellas. Para que todos los niños puedan observar las ilustraciones, las páginas del álbum se irán proyectando en la pizarra digital. En la siguiente sesión se continuará con este libro, ya que aparecen múltiples emociones, y se hará una selección de las mismas. Las emociones seleccionadas para esta sesión son las siguientes: amor, felicidad, gratitud, ilusión, ira, tristeza, miedo y asco. Cuando se lea cada emoción, los alumnos tienen que pensar situaciones que nos puedan producir esa emoción y expresarla corporalmente. Después de la lectura de las ocho emociones seleccionadas se mostrará y explicará la clasificación que se va a utilizar para categorizarlas.

En dos cartulinas grandes se hará una clasificación de las emociones en “Agradables” y “Desagradables”, en gran grupo, haciendo hincapié en que todas ellas son necesarias para nuestro cuerpo. La clasificación se seguirá ampliando en la sesión posterior con más emociones nuevas.

En esta sesión los alumnos estarán sentados en los mismos sitios que habitualmente, no es necesaria una organización específica del aula.

Sesión 2: Reconocimiento del vocabulario emocional II

La sesión comenzará con la siguiente pregunta: “¿Cómo me siento hoy?” Se pedirá a los alumnos que piensen y reflexionen individualmente durante un tiempo, para que identifiquen la emoción que sientan en ese momento. Para ello, pueden ayudarse de la cartulina que crearon en la sesión anterior con el vocabulario y la clasificación de emociones. Después, tendrán que anotar en un post-it la emoción que estén sintiendo, ya que en sesiones posteriores realizarán esta misma actividad y mediante los post-it pueden ir observando la evolución, ya que nuestras emociones cambian constantemente, son dinámicas.

Posteriormente, se seguirá leyendo el diccionario ilustrado “Emocionario”, ya que se volverá a utilizar en esta sesión para descubrir más

emociones, como: alegría, serenidad, placer, euforia, soledad, nostalgia, frustración y odio. Las emociones trabajadas en esta sesión se clasificarán y se añadirán a la cartulina creada en la sesión anterior.

Una vez realizada toda la clasificación de las emociones seleccionadas, se empezará a animar a los alumnos a que piensen en la relación que hay entre las emociones que sentimos y la danza, el movimiento, puesto que ya empezaron a trabajar esto de manera introductoria en la sesión anterior. Para ello, realizarán la actividad de “Estatuas Emocionales”. Es una variación del juego popular, donde tendrán que bailar libremente mientras suene la música, y cuando esta se pare deben quedarse quietos expresando una emoción. Esta puede ser elegida y cambiada cada vez por el profesor, para asegurar la variación de emociones.

En esta sesión los alumnos estarán sentados en los mismos sitios que habitualmente, no es necesaria una organización específica del aula, salvo para la última actividad.

Sesión 3: Aprendo mi danza

La sesión comenzará con la pregunta “¿Cómo me siento hoy?”. Deberán anotar la emoción que sientan en un post-it, como en la sesión anterior.

En esta sesión los alumnos aprenderán a organizar el espacio de trabajo. Para ello, en un primer momento se les preguntará cómo debemos coger peso de manera adecuada, ya que la primera actividad será retirar las sillas a un lado de la clase. Por lo tanto, estarán trabajando uno de los conceptos de la danza, la postura. Se mostrará la postura correcta para coger peso y otras posturas incorrectas, relacionándolo con la importancia del cuidado del propio cuerpo. Esta actividad se vinculará con otra relacionada con la respiración. Se enseñará a los alumnos a ser conscientes de nuestra respiración, para que después lo puedan poner en práctica al reorganizar el espacio. Mientras flexionan el cuerpo para coger los objetos, deberán inspirar; mientras cogen el peso aprenderán a esperar y, finalmente, podrán espirar y relajarse una vez soltado el peso.

Posteriormente, los estudiantes deberán colocar las mesas una encima de la otra, por parejas, pero con una condición: tienen que comunicarse mediante el cuerpo, con gestos o mimo. Deberán ponerse de acuerdo sobre el momento adecuado para levantar la mesa, el lado que coge cada uno, todo ello sin palabras. Cuando una pareja termine de colocar las mesas, el turno pasará a la siguiente, y así sucesivamente.

Mientras las parejas están colocando las mesas, el resto de la clase debe esperar su turno pacientemente y se les introducirá el concepto de “ritmo”, donde crearán ritmos ayudándose de distintas partes del cuerpo. Estas actividades están pensadas para que, en futuras sesiones, los alumnos adquieran esta rutina y sepan cómo organizar el espacio al principio de cada sesión cuando sea necesario.

Finalmente, aprovechando la disposición del aula, se realizará una actividad en la que los alumnos jugarán con el ritmo. Se colocarán de pie, formando un círculo. Después, se dividirá el grupo en dos partes, grupo A y grupo B, y se proyectará en la pizarra un esquema de ritmos en el que cada uno tendrá que realizar una acción diferente al mismo tiempo. En estos esquemas rítmicos, cuando un grupo esté dando palmas, el otro tiene que estar en silencio, esperando su turno y estando atentos de las palmas de sus compañeros para saber cuándo actuar. De esta manera, los alumnos deben saber esperar y respetar el turno de sus compañeros, ya que tienen que cooperar para que la actividad sea un éxito.

Sesión 4: Conversando emocionalmente

La sesión comenzará con la identificación de la emoción que estén sintiendo en ese momento.

Esta sesión se centrará en las emociones y su clasificación. Los alumnos tendrán que contar una experiencia personal en la que hayan sentido alguna emoción agradable y otra desagradable. Cuando un compañero esté contando su experiencia, el resto deberá escuchar activamente y respetar el

turno de palabra. Después, individualmente, en dos papeles de colores escribirán una lista con situaciones que les produzcan emociones agradables dentro de la clase, y otra con situaciones que les produzcan emociones desagradables, como el enfado. Se comentarán algunas de estas situaciones y cada lista se pegará en una cartulina grande, donde todos puedan leer lo que han escrito los compañeros. Esta cartulina se colocará en una pared del aula, para que los alumnos tomen conciencia de cada una y hagan un ejercicio de reflexión individual para intentar crear más situaciones agradables y evitar la realización de acciones en las que alguno de sus compañeros pueda sentir algún tipo de desagrado. De esta manera, también se estará trabajando la empatía y el respeto.

En la actividad de identificación de emociones se mostrarán en la pizarra imágenes de diferentes personajes infantiles donde se verá el cuerpo entero de los mismos, y los alumnos tendrán que decir qué emoción creen que estaba sintiendo el personaje en el momento en el que fue “fotografiado”. Para ello, se hará hincapié en las distintas partes del cuerpo y en cómo cambia la posición de cada una de ellas dependiendo de la emoción que estemos sintiendo.

Sesión 5: Bailarines de emociones

Al igual que en sesiones anteriores, se comenzará con la pregunta “¿Cómo me siento hoy?”.

La segunda actividad ya la realizaron en otras sesiones, por lo que conocen la dinámica y no debería llevarles mucho tiempo la organización del espacio.

Una vez que hayan preparado el espacio, realizarán la actividad “Bailar emociones”. Los alumnos estarán de pie por todo el aula, y se irán diciendo una serie de oraciones y situaciones que tendrán que escenificar, expresando con todo su cuerpo la emoción que se mencione, por ejemplo: “Son un león y estoy muy, muy enfadado, pero me encuentro con una amiga y me calmo”.

Después, por turnos, serán los propios alumnos los que digan al resto de compañeros situaciones para expresar corporalmente.

Por último, como la actividad anterior es muy activa, realizarán una actividad de relajación, donde se trabajará el concepto de la respiración y la toma de conciencia de todas las partes de nuestro cuerpo. Se utilizará música relajante de fondo, y los niños podrán tumbarse en el suelo.

Sesión 6: Conversación corporal

De igual modo que en sesiones previas, la primera actividad será responder a la pregunta: “¿Cómo me siento hoy?”.

Posteriormente, los alumnos tendrán que organizar las sillas y mesas del aula con el fin de disponer del espacio requerido para las actividades propuestas.

La siguiente actividad es una variación del juego “Teléfono escacharrado”. Se dividirá a los alumnos en varios grupos, y se dispondrán en filas. Se dirá una emoción al primer niño de la fila, y tendrán que ir representando esa emoción con el cuerpo mediante las acciones que ellos deseen. El último de la fila tendrá que adivinar de qué emoción se trataba.

La última actividad de esta sesión se llama “Conversación corporal”. En ella, los alumnos se colocarán por parejas, de pie, uno frente del otro. Deberán tener una conversación sin palabras, empleando solo el movimiento del cuerpo y la expresión facial. Para realizarlo, pueden acordarse de los personajes de dibujos que expresaban diferentes emociones, los cuales serán proyectados en la pizarra como una ayuda para realizar este juego. En un primer momento, los alumnos conversarán utilizando solamente la cara como medio de expresión. Después, si consiguen expresarse adecuadamente se complicará más el ejercicio, ya que deberán usar todo el cuerpo para comunicarse.

Sesión 7: Escucha corporal rítmica

Las dos primeras actividades serán “¿Cómo me siento hoy?” y “Preparamos nuestro espacio de trabajo”.

Una vez que la disposición del aula sea adecuada, se profundizará en dos de los conceptos fundamentales de la danza que ya han sido trabajados a lo largo de la secuencia: el ritmo y el tempo. Para ello, se realizará un juego llamado “Adivinando ritmos”. Los alumnos se colocarán por parejas, uno frente a otro. Un miembro de la pareja deberá cerrar los ojos, mientras el otro realiza un ritmo con diferentes partes del cuerpo y un tempo determinado. Después, el alumno que había estado escuchando atentamente el ritmo debe reproducirlo, respetando los tempos. Posteriormente, el profesor se colocará en el centro de la clase y reproducirá una serie de ritmos mientras el resto de alumnos, en gran grupo, cierran los ojos, y tendrán que repetirlo conjuntamente, coordinándose con el resto de los compañeros.

Para finalizar la sesión, se jugará al tradicional juego “El director de la orquesta”, para seguir trabajando los ritmos y tempos.

Sesión 8: Practicando la escucha corporal activa

De la misma manera que en sesiones anteriores, los alumnos deberán reflexionar sobre sus emociones y preparar el aula.

Se proyectará en la pizarra un vídeo llamado “El Baile de las Emociones”. Es un material audiovisual que se puede encontrar en el siguiente enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=cpr7ttt1sOQ&t=77s> . Se trata de una canción que habla sobre las emociones, y enseña a los alumnos una pequeña coreografía para que bailen al mismo tiempo. Después, se les preguntará cómo se han sentido mientras bailaban la coreografía, y se hará hincapié en la relación entre las emociones y la danza.

Como actividad final, se dividirá a la clase en varios grupos. Cada uno de ellos deberá inventarse un paso de ocho tiempos, utilizando todo el cuerpo, con una base musical de fondo sencilla. Para realizar esta tarea, tendrán que ponerse de acuerdo entre todos los miembros del grupo, hasta llegar a una

decisión consensuada, ya que en la siguiente sesión cada grupo enseñará sus pasos al resto de la clase y se creará una coreografía. A la hora de inventar los pasos, pueden pensar en una experiencia agradable o desagradable, y expresarlo a través de sus movimientos.

Sesión 9: Coreografía conjunta

Esta sesión dará comienzo con la pregunta “¿cómo me siento hoy?” y con la preparación específica del aula.

Como actividad de calentamiento antes de realizar la coreografía grupal, los alumnos escucharán diferentes melodías y tendrán que bailar libremente, siendo sus movimientos acordes con la emoción que les transmita la melodía. De esta manera, pueden identificar la emoción que esta les hace sentir y expresarla libremente con todo el cuerpo.

Una vez realizada esta actividad, se procederá a la creación de la coreografía grupal. Cada grupo de alumnos enseñará al resto de la clase su paso de ocho tiempos, y después se irán ordenando uno tras otro para formar una coreografía conjunta, donde se puede poner de base una melodía o canción. Cuando los grupos expongan sus pasos, el resto de la clase deberá adivinar si, durante la creación, estaban pensando en una experiencia agradable o desagradable. Se enseñará a los alumnos algunos pasos básicos que suelen formar parte dentro de coreografías de danza, y se fomentará la colaboración entre todo el alumnado. A través de esta actividad los alumnos trabajarán la cooperación y el trabajo en equipo, ya que todos y cada uno de ellos perseguirán un objetivo común.

Sesión 10: Reflexionamos sobre lo aprendido

Esta última sesión está centrada en la reflexión grupal e individual acerca de la secuencia didáctica y el comportamiento y la actitud mostrada durante la misma.

Como en todas las sesiones anteriores, los alumnos identificarán las emociones que sientan. Se realizará una reflexión individual y grupal acerca del comportamiento y actitud de cada uno a lo largo de la propuesta, es decir, una autoevaluación.

Después, los alumnos deberán rellenar de nuevo el cuestionario de conocimientos que completaron en la sesión 0, ya que servirá para la evaluación de la propuesta de intervención por parte de la diseñadora de la misma en una línea de trabajo futura.

Posteriormente se harán unas preguntas sobre la propuesta, para conocer sus opiniones sobre la misma, de forma oral, en gran grupo. Además, para conocer en detalle sus opiniones, deberán rellenar una hoja donde se les preguntará acerca de las actividades que han realizado, y podrán evaluar la secuencia didáctica (Ver anexo X).

Por último, para terminar y cerrar las sesiones, los alumnos prepararán el espacio y se realizará de nuevo la coreografía grupal.

4.11. Evaluación

La evaluación del alumnado se llevará a cabo en tres momentos:

- Evaluación inicial: en un primer momento se evaluará el conocimiento previo de los alumnos a través de un instrumento diseñado específicamente para esta propuesta de intervención, un cuestionario.
- Evaluación del desarrollo: a lo largo de las sesiones se utilizará la observación directa para analizar el impacto de la propuesta, la adquisición de conocimientos por parte de los alumnos y los aspectos más destacados de cada sesión. Para ello, es recomendable que el maestro anote en cada sesión los aspectos más relevantes, a modo de diario, para la posterior evaluación de la propuesta.
- Evaluación final: al finalizar la secuencia didáctica los alumnos tendrán que rellenar de nuevo el cuestionario, para comprobar si se ha producido un cambio

en sus respuestas, han adquirido los contenidos propuestos y se han cumplido los objetivos propuestos.

Por otra parte, los alumnos realizarán también una autoevaluación, reflexionando sobre su actitud y comportamiento durante la propuesta, así como sobre la adquisición de determinados contenidos.

En relación con la evaluación de la propia propuesta, los alumnos tendrán un papel importante, ya que se les preguntará acerca de la misma para conocer su opinión, qué aspectos les han gustado más, si han tenido alguna dificultad durante las sesiones, si cambiarían algún aspecto... Todas estas opiniones se recogerán en otro cuestionario (ver anexo 3) , el cual será de gran utilidad para la evaluadora ya que los alumnos pueden dar ideas clave para la mejora de la práctica docente.

5. CONCLUSIONES

A lo largo del desarrollo de este documento se ha puesto de manifiesto la importancia de fomentar en las escuelas las habilidades emocionales y comunicativas de todo el alumnado desde las primeras etapas. A través de los instrumentos de evaluación diseñados para esta propuesta de intervención, he podido comprobar el gran impacto que tiene una formación directa y específica en relación con las emociones sobre los alumnos. Además, la inclusión de actividades de danza pretende mejorar también la cohesión y convivencia del grupo, ya que a través de ella se vivencian muchos contenidos relacionados con el respeto y la escucha activa. Sin embargo, tal y como menciona Bisquerra (2003) la Educación Emocional debe entrenarse de manera continua y permanentemente. Por lo tanto, debemos considerar que las propuestas de intervención que se diseñen en esta línea deben estar secuenciadas y tener una progresión y una continuidad. No es suficiente con plantear actividades de Educación Emocional una o dos veces durante un curso, sino que debemos recordar las aportaciones de los distintos autores y tratar de ofrecer una formación continua y adecuada.

La danza es un arte a través del cual se pueden mejorar las habilidades comunicativas y emocionales de los alumnos, debido a su componente expresivo, emocional y social. Su valor educativo es incuestionable, puesto que contribuye, como ya se ha expuesto, a la promoción del autoconocimiento, permite ejercitar numerosas habilidades motrices y puede contribuir de manera positiva y global en la salud y el bienestar de las personas, entre muchos otros beneficios. Además, es un medio muy efectivo para mejorar las habilidades emocionales planteadas en el modelo de Salovey y Mayer: percepción emocional, asimilación emocional, comprensión emocional y regulación emocional.

Es por estas razones y evidencias por las que se decidió diseñar una propuesta de intervención educativa que aunase y relacionase todos estos conceptos, basada en la Educación Emocional. Su objetivo principal ha sido la promoción de habilidades emocionales y comunicativas a través de la danza en niños de 4º curso de Educación Primaria. Estos alumnos presentaban ciertas dificultades a la hora de respetarse y escucharse activamente, las cuales se identificaron previamente al diseño de la propuesta.

No obstante, esta propuesta puede presentar también varias limitaciones. Por un lado, el tamaño de la muestra. Si ésta se lleva a cabo con una muestra pequeña, puede suponer una limitación a la hora de establecer relaciones o hacer generalizaciones. En el caso que nos concierne, se trataría de una muestra de 19 alumnos. Por otra parte, hay que tener en cuenta el momento en el que se pone en marcha, ya que su implantación resultaría más efectiva si se realizase al inicio de curso, para que pueda haber una continuidad posterior y poder seguir trabajando y desarrollando las habilidades que esta intenta promover, pudiendo conseguir así mejores resultados a lo largo de todo el curso escolar.

A pesar de estas limitaciones, creo que la propuesta de intervención tiene también algunos puntos fuertes a destacar, ya que los contenidos que en ella se trabajan son fundamentales en la etapa de Educación Primaria y los alumnos pueden adquirir ciertas habilidades que les serán de gran utilidad en el

futuro. Además, existen muy pocas propuestas de intervención educativa que utilicen la danza como medio para la promoción de las habilidades emocionales y comunicativas, por lo que se trata de un trabajo novedoso y su estudio puede resultar interesante, ya que ofrece la posibilidad de seguir investigando, desarrollando y mejorando la propuesta educativa. De hecho, el desarrollo de la experiencia y las conclusiones de la implantación de la Secuencia Didáctica serán analizados en una línea de trabajo futura, en un Trabajo de Fin de Máster de la Universidad de Cantabria.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Álvarez, M. (2017). Hacia un modelo integrador de la tutoría en los diferentes niveles educativos. *Educatio Siglo XXI*, 35, 21 - 42.

Bisquerra, R. (2003). Educación Emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-43.

Bozzini de Marrazzo, M. C., & Marrazzo, T. (1975). Mi cuerpo es mi lenguaje. Expresión corporal de la danza. Buenos Aires: Ciordia.

Cañabate, D., Rodríguez, D. & Zagalaz, L. (2016). Educación Física y danza: valoración de su integración en las escuelas de primaria de las comarcas de Girona. *Revista científica de educación física y deportes*, 53-62.

Casassus, J. (2006). La educación del ser emocional. (1a ed.). Universidad Virtual del Instituto Tecnológico de Monterrey, México: Ediciones Castillo.

Consejería de Educación, Cultura y Deporte. Decreto 18/2016, de 7 de abril, que modifica el Decreto 27/2014, de 5 de junio, que establece el currículo de Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Cantabria. (BOC, núm.72, 15 de abril de 2016).

Delgado, Á. A. (1997). Estrategia metodológica para el análisis semiológico de la danza: el caso Yu'pa. *Revista científica de educación física y deportes*, 22-37.

De Rueda, B., & López, C. E. (2013). Siento, me muevo, luego existo. *Emotion. Revista de Educación, Motricidad e Investigación.*, 14-29.

Fernández, M. (1999). Taller de danzas y coreografías. Madrid: Ed.CCS.

Fernández-Berrocal, P. y Extremera, N. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana en Educación*. Recuperado de www.rieoei.org/deloslectores/326Berrocal.pdf

Fernández, P., & Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Salovey y Mayer. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19, 63-93.

Fernández-Berrocal, P. y Ruiz, D. (2008). La inteligencia emocional en la Educación. *Education & Psychology*. Recuperado de orientacion.educa.aragon.es/admin/admin_1/file/.../A_contador.pdf

Ferreira, M. (2009). Un enfoque pedagógico de la Danza. *Educación Física Chile*. 268. 9. Recuperado de: <http://goo.gl/rE32xL>

Fructuoso, C., & Gómez, C. (2001). La danza como elemento educativo en el adolescente. *Apunts. Educación Física y Deportes* (66), 31-37.

Fuentes, A. L. (2006). El valor pedagógico de la danza. Valencia: Universidad de Valencia, Servicio de Publicaciones.

García, C. [EducAutor]. (2017, enero 14). Marina y los Emoticantos: el Baile de las Emociones. [Archivo de vídeo]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=cpr7ttt1sOQ>

García, I., Pérez, R., & Calvo, Á. (2011). Iniciación a la danza como agente educativo de la expresión corporal en la educación física actual. Aspectos metodológicos. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 20, 33-36.

García, J.A. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista Educación* (en línea), 36. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44023984007>

Gómez Linares, A. (2014). Explorando nuevos horizontes para la danza como recurso educativo socioemocional. Pp. 235-43 en *La investigación en Danza en España 2014*, III Congreso Nacional “La Investigación en Danza” (Bilbao). Valencia: Mahali.

Hernando, Á., Aguaded, J.I., & Pérez, M.A. (2011). Técnicas de comunicación creativas en el aula: escucha activa, el arte de la pregunta, la gestión de los silencios. *Educación y futuro: revista de investigación aplicada y experiencias educativas*, 153 – 180.

Herrera, S. (1994). La importancia del movimiento en la Educación Musical. En Aula de innovación educativa, 24, 17-21.

Herrera, S. (2000). Ver la música, escuchar el movimiento. LEEME (Revista Electrónica Europea de Música en la Educación), 5, 1-4.

Jefatura del Estado. Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa. (BOE, num.295, 10 de diciembre de 2013).

Lapierre, A., y Aucouturier, B. (1983). La simbología del movimiento. Barcelona: Científico-Médica.

Martínez-Otero, V. (2006). Fundamentos e implicaciones educativas de la inteligencia afectiva. Revista Iberoamericana de Educación, 39 (2). Recuperado de www.rieoei.org/deloslectores/1349Martinez.pdf

Martínez-Otero, V. (2007). Psicología de la inteligencia afectiva: implicaciones pedagógicas. Revista Electrónica de Psicología. Recuperado de <http://dgsa.uaeh.edu.mx/revista/psicologia/IMG/pdf/No.4-15.pdf>

Mateu, M., Giustina, M., Gumà, X., & Sardà, G. (2013). Proyectos educativos en danza: una realidad creativa en construcción. Retos. Nuevas tendencias en EF, Deporte y Recreación, 24, 154-157.

Mayer, J.D. y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds). *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators* (p. 3-31) Nueva York: Basic Books.

McCarthy, M. (1996). Dance in the music curriculum. Music Educators Journal, 82 (6), 17-21.

Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria. (BOE, núm. 52, 1 de marzo de 2014).

Nicolás, G. V., Ortín, N. U., López, M. G., & Vigueras, J. C. (2010). La danza en el ámbito de educativo, 5.

Núñez, C; Valcárcel, R. (2013). *Emocionario. Di lo que sientes*. Madrid: Palabras Aladas.

Parlamento de Cantabria. Ley de Cantabria 6/2008, de 26 de diciembre, de Educación de Cantabria. (BOC, núm.251, 30 de diciembre de 2008).

Paulson, P. (1993). New work in dance education. *Arts Education Policy Review*, 95(1), 31-35

Salovey, P. y Mayer, J. D. (1990) Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9,185-211.

Sarmiento, A. (2015). 101 Ejercicios de Danza Contemporánea para niños y jóvenes. Madrid: Ediciones Tutor, S.A.

Torre, E., Palomares, J., Castellano, R. y Pérez, D.M. (2007). LA Expresión Corporal en el currículo educativo de la República de Cuba: Estudio de las necesidades en la formación inicial. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 11, 11-16.

Urbeltz, J. A. (1994). *Bailar el caos. La danza de la osa y el soldado viejo*. Pamplona: Pamiela.

7. ANEXOS

Anexo 1: Tablas informativas de cada sesión de la Unidad Didáctica

SESIÓN 0: CONOCIMIENTOS PREVIOS	
MATERIALES	
<ul style="list-style-type: none">- Cuestionario	
TEMPORALIZACIÓN	
15 minutos	
OBJETIVO GENERAL	
<ul style="list-style-type: none">- Conocer los conocimientos previos de los alumnos sobre los temas a tratar en la propuesta	
ACTIVIDADES	
<ul style="list-style-type: none">- Explicación propuesta didáctica- Realización del cuestionario	

SESIÓN 1: RECONOCIMIENTO DEL VOCABULARIO EMOCIONAL	
MATERIALES	
<ul style="list-style-type: none">- Diccionario ilustrado “Emocionario”- Pizarra digital- Cartulinas grandes de colores	
TEMPORALIZACIÓN	
45 minutos	
OBJETIVO GENERAL	
<ul style="list-style-type: none">- Iniciarse en los conocimientos básicos sobre identificación y expresión de emociones	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	
<ul style="list-style-type: none">- Trabajar en equipo con los demás compañeros- Aprender a esperar y respetar los turnos	

ACTIVIDADES
<ul style="list-style-type: none"> - Preguntas introductorias - “Emocionario” - Clasificación de las emociones - Reflexión final

SESIÓN 2: RECONOCIMIENTO DEL VOCABULARIO EMOCIONAL II
MATERIALES

- Post – it
- Diccionario ilustrado “Emocionario”
- Altavoces

TEMPORALIZACIÓN
45 minutos

OBJETIVO GENERAL

- Identificar emociones

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conocer y utilizar el cuerpo siendo consciente de sus posibilidades comunicativas
- Iniciarse en los conocimientos básicos de la danza: tiempo, espacio, ritmo...
- Reflexionar sobre la relación entre emociones y danza
- Trabajar en equipo con los demás compañeros

ACTIVIDADES

- ¿Cómo me siento hoy?
- Lectura Emocionario
- Clasificación emociones
- “Estatuas emocionales”
- Reflexión final

SESIÓN 3: APRENDO MI DANZA	
MATERIALES	
<ul style="list-style-type: none"> - Sillas y mesas del aula - Pizarra digital 	
TEMPORALIZACIÓN	
45 minutos	
OBJETIVO GENERAL	
<ul style="list-style-type: none"> - Aprender a esperar, escuchar y respetar los turnos 	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	
<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar habilidades comunicativas a través de diferentes formas de expresión. - Iniciarse en los conocimientos básicos de la danza - Conocer y utilizar el cuerpo siendo consciente de sus posibilidades comunicativas - Trabajar en equipo con los demás compañeros 	
ACTIVIDADES	
<ul style="list-style-type: none"> - ¿Cómo me siento hoy? - Respiración - “Preparamos nuestro espacio de trabajo” - Ritmos - Reflexión final 	

SESIÓN 4: CONVERSANDO EMOCIONALMENTE	
MATERIALES	
<ul style="list-style-type: none"> - Papeles de colores y cartulina grande - Pizarra digital 	
TEMPORALIZACIÓN	
45 minutos	
OBJETIVO GENERAL	
<ul style="list-style-type: none"> - Identificar y expresar emociones tanto propias como ajenas - Aprender a escuchar activamente desde el respeto a uno mismo y a los 	

demás
OBJETIVOS ESPECÍFICOS
<ul style="list-style-type: none"> - Conocer y utilizar el cuerpo siendo consciente de sus posibilidades comunicativas - Desarrollar habilidades comunicativas a través de diferentes formas de expresión - Trabajar en equipo con los demás compañeros
ACTIVIDADES
<ul style="list-style-type: none"> - ¿Cómo me siento hoy? - “Cuéntame” - “Identificamos emociones” - Reflexión final

SESIÓN 5: BAILARINES DE EMOCIONES
MATERIALES
<ul style="list-style-type: none"> - Sillas y mesas del aula - Altavoces
TEMPORALIZACIÓN
45 minutos
OBJETIVO GENERAL
<ul style="list-style-type: none"> - Conocer y utilizar el cuerpo siendo consciente de sus posibilidades comunicativas - Identificar y expresar emociones tanto propias como ajenas
OBJETIVOS ESPECÍFICOS
<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar habilidades comunicativas a través de diferentes formas de expresión - Aprender a esperar y respetar los turnos - Iniciarse en los conocimientos básicos de la danza - Trabajar en equipo con los demás compañeros
ACTIVIDADES
<ul style="list-style-type: none"> - ¿Cómo me siento hoy?

-
- “Preparamos nuestro espacio de trabajo”
 - “Bailar emociones”
 - “Me derrito”
 - Reflexión final
-

SESIÓN 6: CONVERSACIÓN CORPORAL

MATERIALES

- Post – it
- Sillas y mesas del aula
- Pizarra digital

TEMPORALIZACIÓN

45 minutos

OBJETIVO GENERAL

- Conocer y utilizar el cuerpo siendo consciente de sus posibilidades comunicativas
- Identificar y expresar emociones tanto propias como ajenas

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Desarrollar habilidades comunicativas a través de diferentes formas de expresión
- Aprender a esperar y respetar los turnos
- Iniciarse en los conocimientos básicos de la danza
- Trabajar en equipo con los demás compañeros

ACTIVIDADES

- ¿Cómo me siento hoy?
 - “Preparamos nuestro espacio de trabajo”
 - “Bailar emociones”
 - “Me derrito”
 - Reflexión final
-

SESIÓN 7: ESCUCHA CORPORAL RÍTMICA

MATERIALES

- Pizarra digital
- Post – it

TEMPORALIZACIÓN

45 minutos

OBJETIVO GENERAL

- Aprender a esperar y respetar los turnos
- Aprender a escuchar activamente desde el respeto a uno mismo y a los demás

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Iniciarse en los conocimientos básicos de la danza
- Trabajar en equipo con los demás compañeros
- Identificar emociones

ACTIVIDADES

- ¿Cómo me siento hoy?
- “Preparamos nuestro espacio de trabajo”
- “Adivinando ritmos”
- “El director de la orquesta”
- Reflexión final

SESIÓN 8: PRACTICANDO LA ESCUCHA CORPORAL ACTIVA

MATERIALES

- Pizarra digital
- Altavoces
- Sillas y mesas del aula

TEMPORALIZACIÓN

45 minutos

OBJETIVO GENERAL

- Reflexionar sobre la relación entre emociones y danza

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Iniciarse en los conocimientos básicos de la danza
- Aprender a escuchar activamente desde el respeto a uno mismo y a los demás
- Aprender a esperar y respetar los turnos
- Trabajar en equipo con los demás compañeros

ACTIVIDADES

- ¿Cómo me siento hoy?
- “Preparamos nuestro espacio de trabajo”
- “El Baile de las emociones”
- Creación de pasos coreográficos
- Reflexión final

SESIÓN 9: COREOGRAFÍA CONJUNTA

MATERIALES

- Altavoces
- Sillas y mesas del aula

TEMPORALIZACIÓN

45 minutos

OBJETIVO GENERAL

- Conocer y utilizar el cuerpo siendo consciente de sus posibilidades comunicativas

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Iniciarse en los conocimientos básicos de la danza
- Aprender a esperar y respetar los turnos
- Trabajar en equipo con los demás compañeros
- Identificar emociones

ACTIVIDADES

- ¿Cómo me siento hoy?
- “Preparamos nuestro espacio de trabajo”
- “Expresamos la melodía”
- Creación coreografía grupal

-
- Reflexión final
-

SESIÓN 10: REFLEXIONAMOS SOBRE LO APRENDIDO

MATERIALES

- Cuestionario conocimientos previos
- Cuestionario de evaluación de la propuesta
- Altavoces

TEMPORALIZACIÓN

45 minutos

OBJETIVO GENERAL

- Reflexionar sobre lo aprendido y ponerlo en común

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar emociones
- Iniciarse en los conocimientos básicos de la danza
- Trabajar en equipo con los demás compañeros

ACTIVIDADES

- ¿Cómo me siento hoy?
 - Reflexión grupal e individual
 - Cuestionario y evaluación
 - Preparamos nuestro espacio de trabajo
 - Coreografía conjunta
-

Anexo 2: Cuestionario de conocimientos previos

CUESTIONARIO INICIAL

EMOCIONES

- ¿Cuántas emociones conoces? Escríbelas.



- ¿Para qué nos sirven las emociones?
- ¿Conoces alguna forma para clasificar las emociones?

Rodea la opción que consideras que te define mejor.

- Presto mucha atención a cómo me siento.

SÍ A VECES NO

- Creo que las emociones son importantes.

SÍ A VECES NO

- Las emociones son útiles.

SÍ A VECES NO

- Creo que las emociones solo se pueden expresar con la cara o con palabras.

SÍ A VECES NO

- Habitualmente reconozco las emociones que sienten otras personas.

SÍ A VECES NO

- Presto mucha atención a cómo se sienten las personas que me rodean.

SÍ A VECES NO

DANZA

- ¿Qué es la danza?



- ¿Crees que la danza sirve para algo? Si es así, ¿Para qué?

Rodea la opción que consideras que te define mejor.

- El tiempo, el ritmo, la postura y el movimiento son palabras relacionadas con la danza.

SÍ NO

- Sé cómo tengo que colocar mi cuerpo para coger pesos.

SÍ NO

- Habitualmente presto atención a mi respiración.

- SÍ A VECES NO

- Creo que puedo comunicarme con otras personas sin utilizar las palabras.

SÍ A VECES NO

ESCUCHA Y COMUNICACIÓN

- Habitualmente respeto el turno de palabra de mis compañeros.

SÍ A VECES NO

- Creo que es importante escuchar a los demás.

SÍ A VECES NO

- Habitualmente pienso en cómo se siente un compañero cuando está hablando y los demás no escuchan.

-

SÍ A VECES NO

- Creo que es importante saber esperar.



- SÍ A VECES NO

Anexo 3: Evaluación de la propuesta por parte de los alumnos

EVALUACIÓN PROPUESTA ALUMNOS

- ¿Te han gustado las actividades que has hecho durante estas dos semanas?
¿Por qué?

- ¿Cómo te has sentido realizando las actividades?

- ¿Qué dificultades has tenido? ¿Qué actividades te han parecido más difíciles?

- ¿Qué actividades te han gustado más? ¿Por qué?

- ¿Qué cosas has aprendido a través de las actividades?

- ¿Cambiarías alguna actividad? ¿Cuál o cuáles?

Creo que las actividades me han ayudado a...

- Pensar más a menudo cómo me siento.

MUCHO POCO NADA

- Pensar en cómo se sienten los demás y reconocer sus emociones.

MUCHO POCO NADA

- Descubrir otras formas de expresión utilizando mi cuerpo.

MUCHO POCO NADA

- Aprender a respetar el turno de palabra de mis compañeros.

MUCHO POCO NADA

- Aprender a esperar mi turno.

MUCHO POCO NADA

- Conocerme mejor a mí mismo.

MUCHO POCO NADA

- Comunicarme mejor con mis compañeros.

MUCHO POCO NADA

- Trabajar en equipo con mis compañeros.

MUCHO POCO NADA